

こうなん NOW

平成25年度香南市広報誌
KONAN

★今月のNOW情報

特集…戦争特集

【38度線を越えて】 2～4

いきいきセミナー 5

熱中症対策 6

Hot News Now 8

キレイに洗って資源ごみへ!! 25

市長談話室・新採募集 30～31

▲ 今月の表紙【場所:赤岡町 弁天座】
7月20日・21日に開催された絵金祭りに併せて披露された絵金歌舞伎で的一幕。気迫のこもった演技で観客を魅了。
【関連記事…8ページ】

戦争特集



▲ 戦争で敗戦となり炎天下を徒歩で南下する避難民たち。(絵はすべて早野朝子さんが描いたものです)

毎年、広報8月号では、8月15日の終戦記念日に合わせて、戦争の記憶を風化させないために、平和について考える特集を組み、悲惨な事件や体験談を紹介してきました。

今年は、戦時中に咸鏡南道の咸興（現在の朝鮮民主主義人民共和国）で生まれ育ち、現地で敗戦を迎え、必死の思いで38度線を越え帰国された、早野朝子さん（野市町）。戦争の悲惨さを後世に伝えるために、早野さん自身が描いた絵と共に引き揚げ体験を掲載します。

咸興での生活

昭和16年12月8日、太平洋戦争は日本軍のハワイ真珠湾攻撃から始まりました。アメリカ、イギリスを敵に開戦。4年目の夏、私は朝鮮半島の北に位置する、咸鏡南道咸興で15歳の女学生でした。

戦時中の学校生活は、軍服のボタン付けや食糧増産や救急看護実習と、戦争との繋がりがあつたものの、今思い返すと楽しい日々でした。敗戦を迎えるまでは。

戦争敗戦

昭和20年8月8日、ソ連が日本に宣戦を布告。そして8月15日、戦争終結のラジオ放送が流れ、日本の無条件降伏を知らされました。学校中に衝撃が走り、号泣したことを覚えていいます。

それから一週間ほど経ち、敗戦によつて、いつもより静かになつた街で不安な近況を家族で語り合つていた時、遠くから微震が伝わつてきました。その地面に伝わる振動は次第に激しく、やがて耳を覆うばかりの轟音となつて迫つてきました。

戦車のキャタピラの音でした。



▲ ソ連兵による略奪、暴行

ソ連軍の進駐

自働小銃を手にした兵隊を滿載したソ連軍のトラックや戦車が切れ目なく続く異様な光景。それまでふるさどだった土地は一瞬にしてソ連軍の占領地となりました。咸興に進駐してきたソ連軍はほとんどが囚人兵。地獄の様な日々の始まりでした。敗戦国となれば圧倒的に弱い存在です。何をされるかわかりません。そのため、多くの家が玄関に五寸釘を打ち込み、破れ障子をはめ込み空き家に見せかけ、ひっそりと身を隠していました。

進駐の翌日、障子穴から町内を見渡していると、同級生の家が数名の兵隊に襲われていました。このような状況では昼

見境なく略奪や暴行が繰り返されていきました。

日本人難民となった日々

その年の冬、ソ連軍の侵攻により咸興より北の地域から戦火に追われた避難民が多くやつてきました。夏服のまま、着のみのまままで集結した人々が近くの駅前広場で野宿をしていました。

その後避難民の収容が始まりましたが、食べ物も無く、身にまとう物もありません。火の気の無い屋内は既に氷点下。私の家にも収容者が41人。身動きができなくなりました。

消える命の灯火

ある日一階からワーツと泣く声が聞こえ、行つてみると、背中の赤ん坊の息がありません。抱きしめ泣きじやくる母親。寒さと不衛生、栄養失調の状態で眼孔は落ち、その顔はドクロそのままでした。また二階の住人だった、いつも笑顔の歌の上手な女の子は、地獄の中の天使のようでしたが、肺結核を患いその一家は全滅して



▲ 亡くなった赤ん坊。母親の背中で息を引き取っていました。

しまいました。今もあの歌声が聞こえてくるようです。

咸興では住んでいた1万2千人に対し、2倍以上の避難民が入り不潔な密集生活を余儀なくされていました。そのため伝染病が猛威をふるい、毎日のように大八車に載せられた死体や、背中に亡くなったわが子を背負い埋葬に向かう姿を見送りました。人づてに亡きがらから指一本を切断して持ち帰った父親がいたという話を聞きました。ゴミのよう

に捨てられる愛し子の唯一の形見にしたのだと思います。このような光景が日常茶飯事になり、終戦から二年の間に咸興市内の死者は6,261人になぜ達したそうです。

越境に向けて

翌年の5月、私たちの家族は大勢の日本人と共に38度線を突破するため威風を出发しました。突然の出発のように感じていましたが、今まで動かずに耐えていたのは野宿が可

能な季節を待ち、海の荒れる冬を避けて安全に帰国するた
めと後で知りました。

日本人の南への移動は困難を極めました。38度線はソ連軍が封鎖しているばかりでなく、道(県)外への移動が禁止されていたからです。

列車での南下

それでも秘密裏に支度を調え、咸興駅に集合し100人単位の班に分かれ出発を待ちました。出発直前に車両の一部が外され、残された人たちもいました。が、私たち家族は何とか乗り込むことができました。

列車の中には百数十人が無理やり詰め込まれたため三分のいくらいの人が座れないような状態でした。私に至っては片足しか地に付けることができ

ず足が痛みました。ただ、この苦しみの向こうには祖国日本があると思い、一途に堪え忍んでいました。

でい^{がんさん}ました。

元山に到着すると昨日から一度も外に出してもらっていないため、便所だ、水だとみんなが飛び出していました。ただ耐えきれず人前をはばからず用を足してしまふ人も多く、駅のホームは辺り一面汚物だらけになっていました。元山からは貨車が二分されたり、急停車したりしましたが無事に鉄原駅に到着しました。その安堵もつかの間、次に列車が動き始めると、先ほど来た道を帰り始めています。疲労困憊（へんぱく）のあげくがこの始末。38度線を目前にと言う悔しさ、絶望感にうちひしがれました。

早野朝子さん(83歳)



～心豊かにより楽しく生きがいを感じる人生を～

平成25年度香南市市民大学

第8回 香南いきいきセミナー



のいちふれあいセンター
サンホール

不安にむきあう
～野市が生んだ森田療法を知ろう～

東京慈恵会医科大学
精神医学講座教授

中山 和彦

(なかやま かずひこ)

▶ 開講式

9.17 火
19:00～20:45

現代社会では多くの人々が不安やうつの問題を抱えています。不安やうつに対する向き合い方と、野市町に生まれた森田正馬先生が考案した、神経症の治療法として世界的に有名な「森田療法」についてもわかりやすくお話します。

のいちふれあいセンター
サンホール

“イクメン” “イクジ” が
社会を変える！
～家族が笑顔になる秘訣～

NPO法人ファザーリング・ジャパン副代表

安藤 哲也

(あんどう てつや)



イクメン講演会でひっぱりだこのカリスマパパ。「父親であることを楽しむ」をモットーに、父親たちが家庭や地域に積極的に関わるようになれば、日本社会は大きく変わると説く。厚生労働省イクメンプロジェクト推進チーム座長。二男一女の父親。

9.26 木
19:00～20:30



夜須中央公民館
マリホール

池上彰・増田ユリヤ
トークショー

ジャーナリスト

池上 彰

(いけがみ あきら)

ジャーナリスト

増田ユリヤ

(ますだ ゆりや)

日本テレビ「世界一受けたい授業」などで活躍されている池上彰さんと、高校で世界史・日本史・現代社会を教える27年。海外の教育現場取材するなど精力的に活動されているジャーナリストの増田ユリヤさんのトークショー。

10.9 水
19:00～20:30

夜須中央公民館
マリホール

キッチンからはじまる
家族の絆

料理研究家

コウケンテツ



料理研究家の母、李映林のアシスタントを務めた後、独立。いま注目の料理研究家としてさまざまなメディアで活躍中。母から受け継いだ韓国の味をベースにしながら、和洋中、イタリアンからスイーツまで幅広いレパートリーが人気を集めています。

▶ 開講式

10.17 木
19:00～20:30

★募集人員 520人 ※先着順(小学生未満は入場できません)

★受講料 1,000円(全4回分受講券)

★受講券 8月1日(木)から販売開始(定員に達するまで)

★受講券販売場所

市教育委員会生涯学習課／野市・夜須中央公民館／香我美市民館

香我美・野市図書館／市役所各支所(本庁では販売しておりません)

★手話通訳や託児(無料・一週間前までに要予約)を行います。

★当日は香南市内各方面より無料送迎バスが出ます。

セミナー当日は両会場とも駐車場が大変混雑します。市役所各支所に

自家用車を駐車し、無料送迎バスをご利用ください。

お問い合わせ

■市教育委員会生涯学習課

☎57-7523

■夜須中央公民館

☎54-2121

■のいちふれあいセンター
(野市中央公民館)

☎56-1056

戦争特集 38度線を越えて



▶ 詰め込まれた列車

突然の好機

ところが山間の傾斜面にさしかかった時、好機が訪れました。急傾斜のため速度の落ちていた列車が畑の際で停車したのです。この機を逃すなど、みんな先を争い列車から飛び降り始めました。私たち家族もかろうじて下車できましたが、突如列車が動き始め、あつという間に遠ざかっていきました。その時に親が降りたのに子どもを下ろせなかった人、またその逆もあり呆然と立ち尽くしていました。そして悲鳴と共に列車の音が小さくなっていきました。

徒歩での南下

列車を降りてからは徒歩での南下でした。ソ連軍や、暴徒に見つかからないよう、道を外れて進む必要がありました。それでも土地勘のない場所を進むと地元民と鉢合わせになり罵声を浴びせられました。また、南下する日本人を目当てにした物取りや、尋問が多く、集団に囲まれては、保安隊なので所持品の検査をすると言われ物品を盗られることもしばしば。検問所では怪しいと思われた人や若い女性が拘束され、その後会うことはありませんでした。

きました。案内を依頼し、歩いていると、地元の農夫に止められました。先日も日本人がその方向へ行つて暴行されて荷物を盗られていた。気づくと案内人の姿はありませんでした。一緒に南下をしていた他の集団も同じ手口で連れて行かれ、何人が撲殺されていました。およそ7日間の徒歩で、ついに38度線まで2kmの所までたどり着きました。いよいよ越境です。この地の人々はとても親切で母は井一杯の粥を調達できました。

命を賭けての越境

真夜中に身支度を調べ、闇を進み国境手前の急斜面の草むらに身を潜めました。闇に



▶ 激流に足を取られながらの越境

目をこらすと至る所にたくさんの人が潜んでいて驚きました。北から南に逃れようとする朝鮮人の姿も見られました。偵察に行つた人が戻り、手薄を付くことは無理との報告を聞き、覚悟を決めて駆け出しました。斜面横に民家が見えたと思つた瞬間、不運にも数匹の犬が気配を感じ吠え立て始め、その直後に後方から悲鳴が。ソ連兵の追手でした。橋は遙か遠く、みんなで水深もわからない川へ飛び込みました。最後の気力を振り絞り南の岸を目指しました。岸へ着くと広い河原を駆け抜け土手に駆け上りました。ついに越えたのです。38度線。今までの悪夢が終わつた瞬間でした。

歴史の真実

北朝鮮における日本人の死者数は軍人約9千人。一般人は3万5千人を超えると言われています。この一般人の中にはお年寄り、女性、子どもも多く含まれています。私も自分の兄弟と同じぐらいの子どものが犠牲になつていく姿をたくさん見てきました。想像してください。戦争で怪我をした我が子を連れて逃げると共に倒れになるため、置いてくる決断をしなければならぬ状況を。食べさせられず背中がわが子を亡くしてしまふ親の気持ちになります。戦争で人は極限状態になります。命が消耗品のように捨てられていきます。それを体験した者として「二度と戦争はしてはならない」と伝えたい。そして、自分たちが生まれることができたのは、受難の歴史を生きてきたから今の自分たちがいる。犠牲を払つて今があることを忘れないで欲しい。

広報こうなん及び香南市文化財センターでは、戦争に関する体験談や資料提供をお待ちしています。ぜひ情報をお寄せください。
■連絡先 総務課秘書広報係 ☎57-8500 文化財センター ☎54-2296



香南市 総合防災訓練

9月1日(日)午前9時

市内全域を対象にした香南市総合防災訓練を実施します。

必ずやってくる南海地震に対し、家庭や地域で災害時の対応について話し合い、いざという時に、パニックにならずに適切な対応ができるよう、訓練に参加してください。

■問い合わせ 防災対策課 ☎ 57-8501

■市内全地区で避難訓練を実施

各地区の避難場所は別に配布するチラシに記載しています。日ごろから知っている場所だとは思いますが、避難時間や避難経路などを再確認してください。



ヘリによる患者・物資搬送訓練も行います



■訓練日程※雨天決行

8:55…地震発生

9:00…避難訓練開始

▼地震・津波発生サイレンの放送

▼各避難地で避難確認

9:30…避難訓練終了

▼避難訓練終了後、各自主防災組織や地区の防災訓練などがある場合には、参加してください。

12:30…訓練終了

■主会場訓練【香我美小学校】

午前10時30分から自主防災組織等による倒壊家屋からの救出訓練や人命救助訓練を行います。

また、消火訓練、けむり体験、救急救命訓練、自衛隊車両、消防車、防災グッズの展示、炊き出しの無料配布なども行います。

8/30(金)

■問い合わせ 防災対策課 ☎ 57-8501

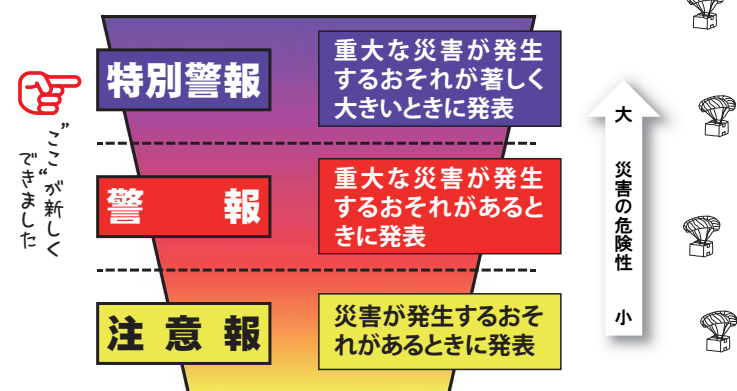
特別警報が開始されます

激しい大雨や大きな津波による重大な災害の危険性を知らせるために、新たに「特別警報」が作られました。

特別警報のレベルは「東日本大震災」「伊勢湾台風の高潮」、紀伊半島に甚大な被害をもたらした「平成23年台風第12号の豪雨」などが該当します。

特別警報が出た場合は、非常に危険ですので、屋外の状況や、避難指示・勧告などに留意して、直ちに命を守るための行動をとってください。

また、大雨等の被害を防ぐには、時間を追って発表される注意報、警報やその他の気象情報を活用して、早め早めの行動をとってください。



中山間地域の防災を考える

■問い合わせ 農林課 ☎ 57-7517

7月17日(水)より、津波浸水予想地域ではない香我美町、野市町、夜須町の地域を対象にした大規模災害に備えるためのワークショップが開催されました。

初回は昨年の津波対策ワークショップでも講演された、高知大学南海地震防災支援センターの原忠准教授から、津波の来ない地域で行うべき取り組みなどを説明がありました。

次回より中山間地域の防災対策を話し合い、危険箇所の洗い出しや、要援護者の把握などを行います。今年度中に3回程度ワークショップを開催し、地域ごとの防災マップの作成にも取り組んでいきます。



問い合わせ 市消防本部 ☎ 55-4141

熱中症とは

「熱に中(あた)る」ことによって発生する病気で、暑熱環境で発生する健康障害のことです。体温調節機能が未発達な「幼児・小児」や、体温調節機能が衰えてくる「65歳以上の高齢者」は熱中症になるリスクが高いとされています。熱中症は死に至る恐れのある病態ですが、適切な予防法を知っていれば防ぐことができます。

周りの人が注意してあげてください



高齢者

高齢者は若年者より体内水分が少なくなるため脱水症状に陥りやすくなっています。よりこまめに水分を摂りましょう。寝たきりの高齢者がいる場合は特に注意してあげてください。



子ども

晴天時は照り返しなどにより地面に近いほど気温が高くなります。このため大人が暑ければ、子どもは更に高温な環境にいます。ベビーカーの乳幼児にも注意が必要です。

熱中症にならないために

①体調の管理

「睡眠不足」「過労」「二日酔い」「風邪などの病気」で体力がおちている時に、暑い外を歩き回ったり運動をしないこと。

②環境の調整

「風通しの良い」「吸湿性のある」服装に。外出時には帽子や日傘を準備し、時折涼しい木陰やクーラーのある室内で休憩をとる。

③水分補給と塩分補給

冷たい水をこまめに飲む。大量に汗をかくことは水分だけでなく塩分も同時に失われています。塩分が不足することで「熱けいれん」を起こす可能性があります。適した飲み物はスポーツドリンク。ただし、摂取カロリーが気になる方は少し薄めて飲むようにしてください。

経口補水液やスポーツドリンクを持ち歩き、こまめに水分を摂りましょう！



車内は特に危険!



エアコンを切って1時間経つと、車内温度は50℃を軽く超えます。「ちょっとの間だから大丈夫だろう」と、お子さんやペットを車内に残したまま車を離れることは、絶対にしないでください。

伝言板

香南市の取り組みや事業を紹介するコーナーです



6月28日(金) 財政課 ☎57-8502 香南市役所防災訓練

緊急地震速報が発令され、その後1分間の揺れが続く間、職員は机の下に隠れるとともに、来庁者に落ち着いて行動するよう呼びかけました。2階印刷室では火災が発生し、初期消火係が消火栓用ホースや消火器を持ち現場へ急行し、消火活動を行いました。揺れが収まると、職員らは駐車場へ集合。消防署員より「まずは自分の身の安全を確保し、的確かつ迅速な判断で来庁者を安全な場所に避難誘導してください。また、消火活動には連携を取り合い、一つでも多く消火器を持ち出すように」と講評がありました。



7月1日(月) 福祉事務所 ☎57-8509 更生保護サポートセンター香南業務開始

保護観察対象者などの社会復帰を促進し、犯罪や非行のない社会の実現に向けて取り組んでいる香南保護区保護司会の活動拠点となる「更生保護サポートセンター香南」が市役所南庁舎に開所し、活動を開始しました。保護司が親身になり更生保護のサポートや相談にのりますので、お気軽にお訪ねください。



7月21日(日) 選挙管理委員会 ☎57-8525 第23回参議院議員通常選挙結果

高知選挙区で行われた選挙について、市の結果をお知らせします。



投票率
48.38%

高知県選挙区
■名簿登録者数 27,974人
■当日有権者数 27,699人
■総投票者数 13,400人
■有効得票数(届け出順)

◆浜川ゆりこ 2,929票 ◆橋詰つよし 190票
◆高野光二郎 7,058票 ◆武内のりお 2,823票

比例代表選挙区

■名簿登録者数 27,974人
■当日有権者数 27,699人
■総投票者数 13,397人
■有効得票数(届け出順)

投票率
48.37%

◆みんなの党 582.237票
◆民主党 1,949.000票
◆新党大地 56.000票
◆社会民主党 278.000票
◆生活の党 150.000票
◆みどりの風 92.856票
◆自由民主党 4,488.057票
◆日本共産党 1,843.167票
◆公明党 2,453.672票
◆緑の党グリーンズジャパン 86.000票
◆日本維新の会 956.003票
◆幸福実現党 65.000票

小数点が付いたものは「按分票」があったためです。これは、候補者の姓や名前だけを書いて投票された場合などに起こります。

市職員の不祥事について

去る6月25日に、市税務課の職員が酒気帯び運転で摘発されるという、あってはならないことが発生しました。市民の皆さまに多大なご迷惑をおかけし、公務員としての信頼を失墜いたしましたことを、深くお詫び申し上げます。飲酒運転は、大きな社会問題となっております。これまで全庁で飲酒運転の撲滅に取り組んできたところであります。今回の不祥事は、そのような最中に発生したことであり、大変残念でなりません。

このような事態を引き起こしましたことを、市としても重く受け止め、深く反省しております。

当該職員を停職12カ月の懲戒処分としたほか、その上司である税務課長と飲酒時に同席していた他部署の課長を指導監督責任により訓告いたしました。また、特別職の管理責任を明確にするため、市長は給料の20%、副市長は10%をそれぞれ1カ月減額いたしました。

今後は、二度とこのようなことが起こらないよう再発防止に努め、市職員一同が、公務員としての原点に立ち返り、市民の皆さまからの信頼回復に向けて、全力を挙げて取り組んで参ります。

香南市長 清藤真司

浮いて待て！ 赤岡小学校 着衣水泳訓練

7月5日(金)赤岡小学校で、全学年児童を対象に着衣水泳訓練が行われました。香南消防署の指導で、万一の水難事故から身を守る方法を学ぶため、服を着たままプールに飛び込むと、思った以上に体が動かず驚く児童たち。ペットボトルを使った体の浮かせ方では、助けが来るまで落ち着いて浮いていることが大切だと学びました。



▲ランドセルやペットボトルで体が浮きます

ふれあいと対話がある明るい社会を 第63回社会を明るくする運動強調月間

7月2日(火)「第63回社会を明るくする運動強調月間」と「青少年の非行・被害防止全国強調月間」に合わせ、街頭パレードが行われました。香南保護区保護司会をはじめ、日ごろから更生保護に取り組む関係機関より約60人がパレード。また、市内量販店などで、買い物客にチラシやうちわなどを配布し、啓発に努めました。



▲広報車からも呼びかけてのパレード

香南のお祭り

7/14 ニラが空を舞う
高知県唯一の世界大会

第21回のいち佐古祭り



佐古小学校グラウンドで、のいち佐古祭りが開催されました。今年もギネス認定ニラ飛ばし大会や相撲大会、早飲み大会とイベントが目白押し。来場者は威勢の良い声が飛び交う出店で食べ物を買ってイベントを見たり、出場している知人を応援したりと大盛り上がり。地域のつながりから生まれるパワーを感じられるお祭りとなりました。

7/20 7/21 魅せるは、まちぐるみの絵と演 第37回土佐赤岡絵金祭り

赤岡町で土佐赤岡絵金祭りが開催されました。ろうそくの炎に浮かびあがるおどろおどろしくも美しい絵金の屏風絵は、県内外から訪れた多くの人たちを魅了。昨年に引き続き、現代作家たちの手による作品の「えくらべ」も併せて開催され、違った作風の絵に、来場者はビー玉で投票していました。

弁天座では土佐絵金歌舞伎伝承会による歌舞伎が披露され、浄瑠璃式三番叟や、子どもたちによる白波五人男、主演目では「蝶花形名歌島台小坂部館」を上演。笑いあり、涙ありの熱演に多くの人が見入っていました。



夜須中央公民館◆催し案内

申込みは夜須中央公民館窓口へ直接または、電話(☎54-2121)で。詳しくはチラシをご覧ください。

◆布ぞうり教室

古布を有効活用して「布ぞうり」を作ります。

■日時 9月7日(土)
13:00~16:00

■場所 夜須中央公民館 2階 大研修室

■対象 小学生以上で市内在住、在勤、在学の方

※小学生4年生以下は保護者同伴。8月16日(金)までに定員に達しない場合は市外の人也可

■定員 先着15人

■材料代 500円(布を予約する場合はさらに1,000円)

■持ち物 はさみ・ものさし・Tシャツ3枚

■講師 長尾ゆかり(NPOとさはちきんねっと)

■申込み締切り 9月3日(火)



◆草木染め教室

自然の草木で綿のストールを染めて自分だけのストールを作ってみませんか。

■日時 9月13日(金) 19:00~20:45

■場所 夜須中央公民館 2階 調理室

■対象 高校生以上で市内在住、在勤、在学の方

※8月23日(金)までに定員に達しない場合は市外の人也可

■定員 先着12人

■材料代 1,200円

■持ち物 エプロン・ビニール袋・ボウルまたは洗面器

■講師 西峯久美(工房SOMEYA)

■申込み締切り 9月6日(金)



◆純銀粘土教室

ダイクロイックガラスを使った模様入りペンダントを作ります。

■日時 9月29日(日) 14:00~17:00

■場所 夜須中央公民館 2階 大研修室

■対象 小学4年生以上で市内在住または在勤の方

※小学生3年生以下は保護者同伴。9月13日(金)までに定員に達しない場合は市外の人也可

■定員 先着10人

■材料代 2,100円

■講師 澤本和子(銀粘土ジュエリー講師)

■申込み締切り 9月20日(金)



こうち男女共同参画センター(フーレ)2階
高知県立消費生活センター
☎088-824-0999

■申込み・問い合わせ
高知県立消費生活センター、高知短期大学、高知県庁県民室

■申込み・問い合わせ
こうち男女共同参画センター(フーレ)2階

■募集締切り
8月23日(金) 必着

■申込書配布場所
高知県立消費生活センター、高知短期大学、高知県庁県民室

■対象 県内在住の人

■場所 高知短期大学

■申込み・問い合わせ
講座の日程、内容など詳細はお問い合わせください。

■対象 県内在住の人

■場所 高知短期大学

■申込み・問い合わせ
講座の日程、内容など詳細はお問い合わせください。

■対象 県内在住の人

■場所 高知短期大学

■申込み・問い合わせ
講座の日程、内容など詳細はお問い合わせください。

■対象 県内在住の人

■場所 高知短期大学

■申込み・問い合わせ
講座の日程、内容など詳細はお問い合わせください。

■対象 県内在住の人

■場所 高知短期大学

■申込み・問い合わせ
講座の日程、内容など詳細はお問い合わせください。

■対象 県内在住の人

■場所 高知短期大学

■申込み・問い合わせ
講座の日程、内容など詳細はお問い合わせください。

■対象 県内在住の人

■場所 高知短期大学

■申込み・問い合わせ
講座の日程、内容など詳細はお問い合わせください。

■対象 県内在住の人

■場所 高知短期大学

■申込み・問い合わせ
講座の日程、内容など詳細はお問い合わせください。

■対象 県内在住の人

■場所 高知短期大学

■申込み・問い合わせ
講座の日程、内容など詳細はお問い合わせください。

■対象 県内在住の人

■場所 高知短期大学

■申込み・問い合わせ
講座の日程、内容など詳細はお問い合わせください。

■対象 県内在住の人

■場所 高知短期大学

■申込み・問い合わせ
講座の日程、内容など詳細はお問い合わせください。

■対象 県内在住の人

■場所 高知短期大学

■申込み・問い合わせ
講座の日程、内容など詳細はお問い合わせください。

■対象 県内在住の人

■場所 高知短期大学

■申込み・問い合わせ
講座の日程、内容など詳細はお問い合わせください。

■対象 県内在住の人

■場所 高知短期大学

■申込み・問い合わせ
講座の日程、内容など詳細はお問い合わせください。

■対象 県内在住の人

■場所 高知短期大学

■申込み・問い合わせ
講座の日程、内容など詳細はお問い合わせください。

■対象 県内在住の人

■場所 高知短期大学

■申込み・問い合わせ
講座の日程、内容など詳細はお問い合わせください。

■対象 県内在住の人

■場所 高知短期大学

■申込み・問い合わせ
講座の日程、内容など詳細はお問い合わせください。

■対象 県内在住の人

県営住宅入居者

■物件・戸数 吉川町 2戸

■申込み方法 申込書に必要事項を記入し必要書類を添付のうえ、受付期間に高知県住宅供給公社へ提出。

■申込書配布期間 8月1日(木)~14日(水)

■申込書配布場所 市役所住宅都計課・市役所市民保険課・各支所

■申込受付期間 8月8日(木)~14日(水)

■申込み・問い合わせ 高知県住宅供給公社

☎088-883-0344

海辺の学校シーカヤック教室

海の散歩に出かけよう! 簡単な安全・手軽な体験。カヤックの上に座るタイプで安定感があるので、初めての人もOK。

■日時 9月8日(日)、10月13日(日)

・午前の部/9時30分~12時

・午後の部/13時~15時30分

■集合場所 香南市マリンスポーツセンター(シースポ)

■対象 小学生以上

※小学生3年生以下は保護者同伴

■定員 各回 先着20人

■参加料 1回 2,000円

※会員割引有り。市内在住の方は半額

お知らせ

8月

Information



高知県警察官

■採用人数

警察官B男性:20人程度

警察官B女性:5人程度

■受験資格

昭和58年4月2日~平成8年4月1日生まれの人

※学校教育法による4年制の大学等を卒業した人および、平成26年3月31日までに卒業見込みの人は受験不可

■受付期間

8月19日(月)~9月3日(火)

※郵送の場合は9月3日(火)消印まで有効

■申込み

高知市丸ノ内二丁目四一

高知県人事委員会事務局

☎088-821-4641

■問い合わせ 香南警察署

☎55-0110

市臨時職員

香我美図書館で勤務していただける臨時職員を募集します。勤務条件など、詳細はお問い合わせください。

■職種・採用人数

図書館事務 1人

■勤務時間

9時30分~18時15分

※土日曜日勤務有

■雇用期間

平成25年10月1日~6月(更新有)

※雇用期間は最長1年です

■申込方法 履歴書(市販のもの)を持参、または郵送

■申込み締切り 8月30日(金)

※郵送の場合は同日必着

■申込み・問い合わせ

〒781-5601

夜須町坪井一

市教育委員会生涯学習課

☎57-7523

香南市チャレンジ塾事業 学習支援員

香南市チャレンジ塾の学習支援員を募集します。詳細はお問い合わせください。

■採用人数 2人

■勤務期間

10月1日~26年3月31日

■勤務時間等 19時~21時

週2回程度(曜日未定)

■賃金 時給 1,480円

■学習支援対象者

中学1年~3年生

■申込み締切り

8月30日(金)

■申込み・問い合わせ

市教育委員会学校教育課



来春、大学・高校・専門学校を卒業の皆さまへ

◆平成25年度◆

自衛官募集

募集種目	資格	受付期間	試験日
航空学生	高卒(見込含む) 21歳未満の人	8月1日~9月6日	1次/9月21日(土)
一般曹候補生		8月1日~9月6日	1次/9月16日(月)
自衛官候補生	男子 18歳以上 27歳未満の人	8月1日~9月15日	9月16日(月)
	女子	8月1日~9月6日	9月24日(火)
防衛高等学校	推薦 高卒(見込含む) 21歳未満の人	9月5日~9月9日	9月28日(土)・29日(日)
	総合選抜 一般前期	9月5日~9月9日	1次/9月28日(土)
	一般後期	9月5日~9月30日	1次/11月9日(土)・10日(日)
防衛医科大学校 医学学科学生	高卒(見込含む) 21歳未満の人	26年1月22日~1月31日	1次/26年3月1日(土)
防衛医科大学校 看護学科学生 (自衛官コース)	高卒(見込含む) 21歳未満の人	9月5日~30日	1次/11月2日(土)・3日(日)
		9月5日~30日	1次/10月19日(土)

カシコイ消費者になろう!

「消費生活講座」

高知短期大学と高知県立消費生活センターとの連携消費生活講座」の受講者を募集しています。

悪質商法の被害にあったとき、何ができる? 多重債務はどう解決する? 「自立した消費者」となるために必要な法律や経済の知識を、各分野のスペシャリストに学びます。

講座の日程、内容など詳細はお問い合わせください。

■対象 県内在住の人

■場所 高知短期大学

■申込み・問い合わせ
講座の日程、内容など詳細はお問い合わせください。

■対象 県内在住の人

■場所 高知短期大学

■申込み・問い合わせ
講座の日程、内容など詳細はお問い合わせください。

■対象 県内在住の人

■場所 高知短期大学

■申込み・問い合わせ
講座の日程、内容など詳細はお問い合わせください。

■対象 県内在住の人

■場所 高知短期大学

■申込み・問い合わせ
講座の日程、内容など詳細はお問い合わせください。

■対象 県内在住の人

■場所 高知短期大学

■申込み・問い合わせ
講座の日程、内容など詳細はお問い合わせください。

■対象 県内在住の人

■場所 高知短期大学

■申込み・問い合わせ
講座の日程、内容など詳細はお問い合わせください。

■対象 県内在住の人

■場所 高知短期大学

■申込み・問い合わせ
講座の日程、内容など詳細はお問い合わせください。

■対象 県内在住の人

■場所 高知短期大学

■申込み・問い合わせ
講座の日程、内容など詳細はお問い合わせください。

■対象 県内在住の人

■場所 高知短期大学

■申込み・問い合わせ
講座の日程、内容など詳細はお問い合わせください。

■対象 県内在住の人

■場所 高知短期大学

■申込み・問い合わせ
講座の日程、内容など詳細はお問い合わせください。

■対象 県内在住の人

■場所 高知短期大学

■申込み・問い合わせ
講座の日程、内容など詳細はお問い合わせください。

■対象 県内在住の人

■場所 高知短期大学

お問い合わせはこちらまで

●市役所(本庁) ☎56-0511

総務課 ☎57-8500
防災対策課 ☎57-8501
財政課 ☎57-8502
企画課 ☎57-8503
税務課 ☎57-8504
収納課 ☎57-8505
市民保険課 ☎57-8506
人権課 ☎57-8507
環境対策課 ☎57-8508
高齢者介護課 ☎57-8510
上下水道課 ☎57-8512
会計課 ☎57-8515
議会事務局 ☎57-8513

●赤岡支所 ☎55-3111

健康対策課 ☎57-7516
赤岡市民館 ☎55-3600

●吉川支所 ☎55-3121

商工水産課 ☎57-7520
吉川総合センター ☎55-0525

●香我美支所 ☎55-2111

農林課 ☎57-7517
建設課 ☎57-7518
住宅都計課 ☎57-7536
農業委員会 ☎57-7519

●夜須支所 ☎55-3141

【教育委員会】
学校教育課 ☎57-7521
こども課 ☎57-7522
生涯学習課 ☎57-7523
文化財センター ☎54-2296

【公民館施設】

福祉事務所 ☎57-8509
野市中央公民館 ☎56-1056
(のいちふれあいセンター)
香我美市民館 ☎55-2143
夜須中央公民館 ☎54-2121

●香南消防 ☎55-4141

香南香美老人ホーム組合職員

■職種・採用人数

社会福祉士・介護福祉士・事務員 いずれも若干名

■勤務施設

▼特別養護老人ホーム三宝荘(野市町母代寺)

▼特別養護・養護老人ホーム白寿荘(香美市香北町永野)

■試験日

10月20日(日)

※二次試験の日は一次試験合格者に通知

■受付期間

8月5日(月)～9月13日(金)

※郵送の場合も9月13日(金)必着

■必要書類

願書、履歴書(市販のもので原則自筆)、受験資格を証明できるもの(資格取得見込みの人は、26年3月31日までの資格取得見込み書および学校卒業見込み書など、受験資格を証明できるもの)

■願書配布場所

三寶荘・白寿荘庶務課、香南市役所高齢者介護課、香美市役所健康介護支援課
受験資格など、詳細はお問い合わせください。

■申込み・問い合わせ

野市町母代寺一八八
特別養護老人ホーム三寶荘
☎56-0181

子育て親育ち講演会

いきいきと輝く子どもたちに

子育ては、成長の喜びの一方で「私の子育て、これでいいのかな?」「こんな時どうしたらいいのかな?」と悩んだり、困ったり、そんなことはありませんか。高知県スクールカウンセラーの濱川博子先生に、乳幼児期の子どもの関わり方、就学前のこの時期に大切にしたいことなどをお話いただきます。お気軽にご参加ください。

■日時

9月7日(土)
10時～11時30分

■場所 のいちふれあいセンター2階 研修室

※託児ルームあり(1歳～5歳児。要事前申込み)

■対象 市内在住の就学前の子どもの保護者

■定員

130人

■参加料

無料

■申込み こども課または、保育所・幼稚園・子育て支援センターへ申込書を提出

■申込書配布場所

市内保育所・幼稚園・子育て支援センター・こども課・市民保険課・健康対策課・各支所
■申込み締切り 8月9日(金)
※定員になり次第締め切り
■申込み・問い合わせ
市教育委員会こども課

「わたしと年金」エッセイ

「自身やご家族などの身近な人と、公的年金制度との関わりについて、「わたしと年金」をテーマにしたエッセイを募集しています。公的年金の意義などに関するエピソードなど、何でも結構です。

■応募資格

中学生以上

■応募要綱

・郵送または電子メールで、日本年金機構「わたしと年金」担当にて提出

・日本語で1,000～2,000文字以内とし、400字詰め原稿用紙(4版、40字×35行)

・氏名・ふりがな・年齢・性別・住所・電話番号・職業または所属(会社名、学校名等)を記入

※内容は未発表のものに限る。応募作品は返却しません

■応募締切り

9月20日(金)当日消印有効
※電子メールでの提出は当日18時まで

■賞

最優秀賞「日本年金機構理事長賞」1名、優秀賞2名、入選若干名。受賞者には表彰状を授与し、記念品を贈呈。

■発表等

・日本年金機構ホームページに掲載します。また、最優秀賞をはじめとする優秀作品については全文を掲載(11月下旬予定)。そのほか、日本年金機構



相談

借金で苦しんでいませんか

借金の返済で悩んでいる人を対象に、弁護士や司法書士による無料相談会を開催します。

また、「こころの健康相談会」も同時に開催します。返済生活を送るなかで、心身に不調を抱えている人も、ぜひご相談ください。

◆相談することで、問題解決の第一歩を踏み出しましょう

借り入れ・返済に関する資料があれば、お持ちください。

■日時・場所

- ①9月8日(日) 13時～16時
高知県立消費生活センター、南国市役所
- ②9月9日(月) 13時～16時
高知県立消費生活センター
- ③9月10日(火) 17時～20時
高知市消費生活センター
- ④9月11日(水) 13時～16時
ハローワーク高知
- ⑤9月12日(木) 13時～16時
安芸市市民会館
- ⑥9月13日(金) 17時～20時
高知県立消費生活センター

⑦9月14日(土) 13時～16時
高知市消費生活センター、

幡多広域消費生活センター

※高知県立消費生活センターで実施する9月9日・13日は電話相談も実施(☎088-824-0999)。

この健康相談会は面接相談のみ

■問い合わせ 高知県県民生

活・男女共同参画課

☎088-823-9653



野市中央公民館 催し案内

申込み・問い合わせ 野市中央公民館(☎56-1056)

日本画入門教室(全3回)

日本の伝統的な絵画、日本画とは? 日本に生まれてきたからには日本画を知っておきたい! 難しそうだけど、体験してみたい! 外国の方もぜひ受講してください。

◆日時 9月5日(木)「日本画とは?」、12日(木)「花の写生」、19日(木)「色紙に描く」 いずれも19:00～21:00

◆場所 のいちふれあいセンター 1階 第1ふれあい室

◆講師 市川 雅彦 ◆定員 20人
◆受講料 500円(3回分) ◆材料費 1,000円(3回分)

★アロマテラピー教室★

アロマテラピーは香りの健康法。植物から抽出した香りのエッセンス、精油を使って心身の健康に役立てます。

◆日時 9月11日(水) 19:00～21:00
◆場所 のいちふれあいセンター 第1会議室
◆講師 廣瀬 恵子(アロマテラピーサロン FARDA)
◆定員 20人 ◆受講料 500円 ◆材料費 500円



★カラーセラピー教室★

あなたが選ぶ色はあなた自身です。色を通して自分のカラーをみつけましょう。

◆日時 9月25日(水) 19:00～21:00
◆場所 のいちふれあいセンター 第1会議室
◆講師 廣瀬 恵子(アロマテラピーサロン FARDA)
◆定員 20人 ◆受講料 500円 ◆材料費 500円
※12色以上の色鉛筆またはクーピー、パステルなどをお持ちください

無料調停相談会

調停は裁判所で行われ、県民や市町村民の皆さんが民事や家庭の紛争で困ったときに、手軽に、早く、安く活用できる制度で、話し合いによる解決を基本とします。非公開なのでプライバシーが守られ、調停が成立すれば裁判による判決と同一の効力がある制度です。

■目的

民事問題(交通事故、金銭貸借、土地・建物、公害等)や、家事問題(離婚、財産分与、子どもの親権、扶養、相続等)などのいろいろな問題を、手軽に解決する調停制度を活用する方法について相談に応じます。

■日時

9月13日(金)
9時30分～16時30分

予約不要ですので、当日、直接相談会場へお越しください。

■場所 高知市九反田二ー

高知市文化プラザ

かるぽーと2階 小ホール

■相談担当者

民事・家事調停委員11人
(弁護士調停委員3人含む)

■問い合わせ

高知調停協会連合会事務局
(高知家庭裁判所内)
※毎週月・水・金 9時～16時
☎088-872-7884

▼年金を請求されていない人へ、年金の請求手続に関するお知らせを送付します。

日本年金機構では、住民基本台帳ネットワークシステムを活用して、正確な住所の把握を行います。

①日本年金機構が把握している情報に基づき、住民基本台帳ネットワークシステムで本人確認を行い、確認ができた人について住民票コードを収録します。

②住民票コードが収録できた人は、10月から「住所変更届」の提出が不要になります。

※8月以降に、60歳以上(年金受給者を除く)の人へ、住民票コードの収録状況をお知らせします

※住民票コードが収録できた人でも、氏名を変更したときはお近くの年金事務所へ「氏名変更届」を提出してください

■ねんきんダイヤル

☎0570-051165
※IP電話・PHSからは☎03-6700-1165へ

■問い合わせ

南国年金事務所
☎088-864-1111
市役所市民保険課



健康

健康イベントみんなで楽しく健康測定 65歳以上体力測定

土佐リハビリテーションセンターの協力により65歳以上の人を対象に健康測定を開催します。ご自身の体力を把握し、これからの生活を豊かにしていくためのきっかけを作ってみませんか。

■内容

バランス能力・歩行速度・前屈測定・筋力測定等11種目程度※送迎あります

■日時 9月18日(水) 10時～16時のうち、1時間程度

■場所

香我美トレーニングセンター

■対象

市内在住の65歳以上の人

■定員 100人程度

■申込締め切り 8月30日(金)

■申込み・問い合わせ NPO

法人こうなんスポーツクラブ

☎55-21143





2013

第26回全国健康福祉祭こうち大会 ねんりんピックよさこい高知

長寿の輪 龍馬の里でゆめ交流

平成25年10月26日(土)～29日(火)



香南市
ソフトボール
サッカー

その他

保管物件(通貨・証券等)の返還について

税関では、終戦時に外地から引き揚げて来られた人からお預かりした通貨・証券等をお返ししています。

・終戦後、外地から引き揚げて来られた人が、上陸港の税関に預けた通貨・証券など

・外地の終結地において総領事館などに預けられた証券などのうち日本に返還されたもの

返還の申し出は「本人ばかりではなく、ご家族でも結構です。お心当たりのある人は税関までご連絡ください。」

■問い合わせ

高知税関支署
☎088-832-6131

香南市施設等
一斉安全確認週間

施設等一斉安全確認週間中を重点的に、地域の住民が地域内におけるさまざまな活動を通して、地域の施設や危険な箇所等の点検を行うなど、市民と行政が一体となり事故の発生を未然に防ぐことを目的として実施しています。

■対象施設

市民の皆さんにお使い頂いている施設や構造物で、市または住民組織が管理することを基本として設置されているもの

■実施期間

8月26日(月)～9月1日(日)
また、安全確認週間以外の期間についても、危険な箇所があれば各担当課や財政課にご連絡ください。

■問い合わせ

市役所財政課

家に鉄砲や刀は
ありませんか？

①登録証がある場合：
県へ所有者の変更届を提出
②登録証があつた記憶がある場合：
銃砲刀登録審査会へ現物を持参し、現物の計測等をして県が照会をかけます。

・登録履歴がある場合は、登録証の再発行3,500円。
・登録履歴がない場合は、③の手順で登録をします。

③登録していない場合：
警察へ「発見届」を提出し、銃砲刀登録審査会で登録を登録代(新規6,300円)。

※本来登録のない銃砲刀は所持してはいけないので、相続などで所持した時は、警察署・県文化財課へ相談して登録してください。

▼銃砲刀登録審査会
■日時 毎週第2火曜日
13時30分～15時30分

■場所
高知県庁西庁舎3階会議室

■問い合わせ

県教育委員会文化財課
銃砲刀剣類担当者
☎088-821-4761

食の安全・安心を目指して

8月は「食品衛生月間」です。夏は高温多湿・体力低下等で食中毒が多発する時期です。飲食店はもちろん、家庭においても食品の取り扱いには気をつけてください。

ことは、香南市の量販店や嶺北地区の飲食店等の厨房を巡回予定です。

そのような営業施設から、衛生的に優れている飲食店・加工業者を対象に毎年顕彰しています。お店に「秀」と書かれた標識があれば、その施設は衛生面において常に努力さ

平成25年度
市県民税 第2期
国民健康保険 第2期
の納期限は
9月2日(月)です。
期限内の納付をお願いします。

■問い合わせ
県中央東食品衛生協会
☎53-2935

予約受付中!
申込みはお早めに

2014年版
高知家手帳
(県民手帳)

◆価格
ポケット判
(9×14.5cm) **500円**
デスク判
(13×21cm) **750円**

ただ今、来年の高知家手帳(2014年版)の購入予約申し込みを受け付けています。暮らしやビジネスにぜひご活用ください。

◆内容／行政区画図、ダイアリー(行事予定表・日記)、資料(県内主要統計表・官庁関係資料・暮らしの各種資料)、住所録、東京・大阪地下鉄路線図ほか

◆申し込み期限 11月29日(金)
◆申し込み 市役所企画課



わざわざ点けよう!
「昼間でもピッカリ運動」

6月20日、高齢ドライバーによる常時ライト点灯運動の運用が開始されました。すべての高齢ドライバーに、昼間でも前照灯を点灯したまま運転してもらうことで、周りのドライバーによる高齢者保護意識の向上を図るほか、高齢ドライバー自身の交通安全意識を高揚させ、高齢者の交通事故を未然に防ぐというものです。



《高齢ドライバーの皆さんへ》
◆車のライトを
点灯するだけで：
★安全運転意識の向上
★存在感をアピール
★無灯火運転の防止
★割り込みなどの行為から守られる
この他にもさまざまな効果が見込まれます。
※車から降りる時はライトの消し忘れにご注意ください
(高齢者アドバイザー・岡崎由美 ☎55-0110)

少年の飲酒・喫煙絶対ダメ!

学校も夏休みに入り、川や海・山等に行ったり、夏祭りに参加したりと家庭や地域で楽しく充実した夏休みを送っていることと思います。
しかし、その解放感から子どもたちが非行(深夜徘徊や飲酒・喫煙等)に走ったり、犯罪被害に遭ったりする機会が多くなる時期でもあります。
成長期にある未成年者の飲酒・喫煙は心身に重大な悪影響を及ぼすため、法律で禁止されています。
身体的にも精神的にも成長の段階にある少年期を子どもたちの将来のため、大人が



『未成年者の飲酒・喫煙の防止』について、いま一度、真剣に考えていき、家庭や地域での声かけ等のご協力をよろしくお願いします。
(香南警察署内・香南地区地域安全協議会地域安全アドバイザー・長田麻紀 ☎55-0110)

お金のいらない運動をしている。運動と言えは聞こえがいいが、単なる散歩。始めた頃は徘徊と揶揄された。

雨にも風にも負け、雷の日はお休み。怠け心が勝つ時もお休み。気ままな時間にふらりと散歩。



冬の枯野が3月から4月にかけて、あつという間に青々とし

散歩の楽しさ

冬の間は農道を歩いたが、物部川堤防工事が終わったので今は堤防を歩く。川の流れ

が昨年とはとても濁っていて、いぶん心配したがこの頃は少し改善したようだ。きれいな水があるから地球は美しいのかも

しれない。

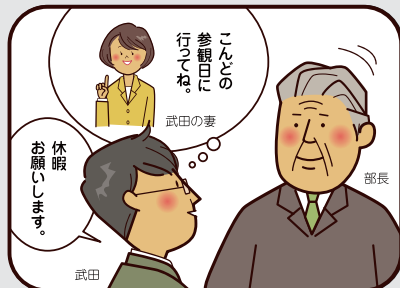
散歩をし始めたとき、けは、毎日歩いて5kg痩せたという人がいたからだ。「もしかして私も」と欲張りな気持ちで始めたが、いつか加齢に伴って体重が増加傾向にある。はて?。適当な

運動で食べ物がおいしく、つい食べ過ぎてしまつた。自然の風、お日様の光も栄養素になっているようだ。

ひとつだけ寂しいことがある。かつては賑やかな声が聞こえていたのに、今は住む人なき家が増えたことだ。無住の庭にこぼれ咲く花はさびしい。

散歩する人は多くなった。ますます増えたらいいな。

遠慮のかたまり



家族が互いに協力して子どもを育て、社会がそれを支援することにより仕事と家庭の両立が進みます。

Let's
男女共同参画！
⑫

人権啓発作品を紹介！

今月号は「2011年度香南市児童生徒の人権に関する作品集」の中から、ポスターの部および標語の部(中学生)の最優秀・優秀作品を掲載します。
※当時の学年・敬称略

問い合わせ
人権課 ☎57-8507



最優秀
夜須中学校 二年
永野 颯希

最優秀
あいさつで 広がる笑顔 地域の輪
夜須中学校 三年 宮崎 桜子

優秀
大丈夫？ あなたにとどく 君の声
赤岡中学校 一年 山田 柚香

優秀
なかまの輪 一人を作らず 広げよう
赤岡中学校 三年 佐々木 百合香

優秀
“ありがとう” 笑顔になれる その言葉
夜須中学校 二年 松岡 さやか

ポスターの部

標語の部

部落差別をなくする運動

強調句間事業

7月9日(火)に「部落差別をなくする運動」強調句間事業の一環として、広報車による啓発パレードと、のいちふれあいセンターサンホールにおいて、人権作文の発表と、人権コンサートが開催されました。

作文発表では、赤岡中学校の^{たじかわ りな}多治川莉奈さんが、平和の尊さと戦争の残酷さ、差別の醜さを伝えてくれました。

人権コンサートではバンド^{がんじがらめ}「願児我楽夢」を招き、人との出会いや難病の少年の恋心、ハンセン病患者の思いや叫びを歌詞に乗せた歌が披露されました。合間のトークでは、ある問題で差別される側でも、他の問題で差別する側になることがある。大事なことは一歩踏み出し変えること。人権感覚を豊かにすることは他人のためではなく、自分と家族のためであると熱く語ってくれました。

Let's sailing & speak English!

香南ジュニアヨットクラブ

ヨット体験 & 国際交流

日程 8/13(火) 10:00~12:00

場所 香南市マリンスポーツセンター
(シースポ/夜須町千切536-19)

いろいろな国の人と一緒にヨット体験してみませんか？
ヨットと英語で国際交流にチャレンジ!!

■対象/市内の小学5年生~中学3年生
■定員/15人 ■講師/高知大学の外国人留学生ほか
■服装/海で活動できる服装 ※基本的に英語で交流します
■問い合わせ/NPO法人YASU海の駅クラブ ☎57-1855

7TH KONAN MUSIC FESTIVAL 2013

第7回 香南市音楽祭

日程 9/8(日)

〈開場〉13:00 〈開演〉13:30

場所 夜須中央公民館
マリンホール ◆アルトサックス/後藤 美久夫

小・中学生から大人まで、幅広い年齢層で構成された音楽祭です。ことしも素晴らしい音楽の共演をお楽しみください。

■入場料/500円(高校生以下は無料)
■チケット販売/夜須中央公民館、野市中央公民館、高新プレイガイド、アイカメラフジグラン野市店、県立美術館ミュージアムショップ
■問い合わせ/夜須中央公民館 ☎54-2121



ぜひ、ご出席
ください!

香南市 敬老式典

日程 9/14(土) 10:00~12:00

場所 のいちふれあいセンター

ご長寿を祝し、市主催の敬老式典を開催します。

■対象/喜寿(77歳) 米寿(88歳) 白寿(99歳) 100歳以上
(26年4月1日現在)で、香南市に住民票のある人
※対象者には8月中旬ごろに往復はがきでご案内します
返信はがきで欠・送迎をお知らせください
■問い合わせ/市役所高齢者介護課

催し・イベント
INFORMATION

皆さまの参加を
お待ちしております!

親子のためのクラシックコンサート

ズーラシアンブラスと弦うさぎの 音楽の絵本

日程 9/7(土)

〈開場〉13:00

〈開演〉13:30

場所 のいちふれあいセンター
サンホール

プロの動物演奏家たちが、クラシックからポピュラーまで幅広く演奏します。演奏曲は、ウィリアムテル序曲、愛の挨拶、となりのトトロメドレー、この素晴らしい世界ほか。

■入場料/大人(中学生以上)…2,000円(当日2,500円)
小人(3歳~小学生)…1,000円(当日1,500円)

■チケット販売/野市中央公民館、夜須中央公民館、野市図書館、高新プレイガイド、フジグラン野市ほか
※3歳未満は大人1人につき1人まで膝上鑑賞無料(座席が必要の場合は有料)。

■問い合わせ/野市中央公民館 ☎56-1056



イベント会場は、レストラン
かとり向かいの広場と、香南
消防署裏山のかとり神社です。
駐車場はA-MAXの駐車場を
ご利用ください。

▼問い合わせ
かとり神社実行委員会
近藤 ☎090-2594-9325

後期高齢者医療制度のお知らせ

■問い合わせ 市民保険課高齢者医療係 ☎57-8506

**非課税世帯であれば
医療費などが軽減できます**

申請が必要です

対象者…市民税非課税世帯の人

「区分Ⅰ」…世帯全員が市民税非課税、かつ各所得が必要経費・控除額を差し引いたときに0円以下となる場合(年金の控除額は80万円として計算します)

「区分Ⅱ」…世帯全員が市民税非課税で右記の「区分Ⅰ」以外の場合

申請に必要なもの

①被保険者証・②印鑑

認定証有効期日の開始日
申請した月の初日

注意…申請した月より前月以前にさかのぼっての適用はできません

(例…7月から入院していても8月10日に申請した場合は、8月1日からの適用となります)

※課税世帯の人は、被保険者証のみで「現役並み所得者」か「一般」の区分適用になりますので、申請は必要ありません。

どれくらい軽減できるの？

◆1カ月の自己負担限度額

自己負担の限度額(月ごとの上限)		
区分	外来 (個人ごと)	外来+入院 (世帯ごと)
現役並み所得者	44,400円	80,100円+(医療費－267,000円)×1%(注)
一般	12,000円	44,400円
区分	Ⅱ	24,600円
	Ⅰ	15,000円

(注)現役並み所得者で過去12カ月に「外来+入院」の限度額を超えた支給が4回以上あった場合、4回目以降は44,400円になります。

※自己負担額には、食事代や、保険適用外の差額ベッド代などの支払額は含みません。

◆入院したときの食事代は、下表の額を負担します。

区 分		1回の食事代
現役並み所得者・一般		260円
区分Ⅱ	90日以内の入院	210円
	90日を超える入院(長期入院該当)	160円
区分Ⅰ		100円

(注)区分Ⅱの人で新たに長期入院該当となる人は、申請が必要となります。

◆療養病床(主に長期にわたる療養が必要な人が入院する病床)に入院したときは食事代と居住費を負担します。 [医療の必要性が高い人は、上表の食事代だけの負担となります]

区 分	1回の食事代	1回の居住費
現役並み所得者・一般	460円(※) 420円(※)	320円
区分Ⅱ	210円	320円
区分Ⅰ	130円	320円
	高齢福祉年金受給者	0円

(※)管理栄養士又は栄養士による管理が行われている場合は、460円、それ以外の場合は420円となります。



納付忘れにご注意を

7月31日(水)が後期高齢者医療保険料第1期の納期限でした。

年金からの天引ができない人や、口座振替にしていない人には、7月10日ごろに当初の納付書を送付しています。

まだ納められていない人は、お早めに納付をお願い致します。

8月19日(月)を過ぎても第1期の納付がない場合は、督促状が発送され、納付時に督促手数料が200円徴収されますので、お気をつけください。

2013年(平成25年)8月のコクホ

特定健診を受けたら行ってみよう

生活習慣病予防教室
健康栄養相談

国保だより

**休日
特定健診を開催します**

要予約

平日は忙しくて特定健診に行けない40～64歳の人が対象です。

■日時 9月8日(日)
9時～11時(受付時間)

■場所 のいちふれあいセンター

■対象 国民健康保険加入者

■料金 無料

■予約・問い合わせ
市役所健康対策課

こんな時に
教室！
相談！
しかも無料！

◇特定健診の結果がよくわからない…
◇生活習慣を変えたいけどどうしたら…
◇一日だけなら時間があるんだけど…
◇どうやって健康結果が良くなるの？

健康対策課では、健診を健康づくりにいかしていただけるよう、健診結果に関する相談や、生活習慣病予防教室を開催しています。

	[9月コース]	[12月コース]	内 容
①	9月20日(金) 9:30～12:00	12月16日(月) 9:30～12:00	健診結果を改善するには ～メタボリックシンドロームは危険です～
②	11月5日(火) 9:30～13:00	H26年1月17日(金) 9:30～13:00	食事調査結果返し ～私の食事にはこんな傾向がありました～
③	11月29日(金) 9:30～12:00	H26年2月26日(水) 9:30～12:00	運動をして代謝を上げよう ～楽しく運動を続けましょう～

*生活習慣病予防教室、健康・栄養相談は、メタボに該当しない方も参加可能です。

生活習慣病予防教室

生活習慣を変えたいけど、独りではちょっと…と言う人向けの3回コースの教室です。食事のとり方や運動について一緒に取り組んでいきましょう！

健康栄養相談

血液検査の見方や生活習慣の改善方法など、個別に相談をお受けしています。お気軽にご利用ください。

開催日(すべて月曜日)

8月12日／9月9日／10月7日
11月11日／12月9日／1月27日
2月17日／3月17日

開催時間

①午前9時30分～ ②午前10時30分～
③午後1時30分～ ④午後2時30分～
⑤午後3時30分～

「1時間単位の予約制です」

●担当…栄養士・保健師(健康対策課)

*来所時に健診結果をご持参ください

開催場所・申し込み方法

開催場所…赤岡保健センター
申し込み…健康対策課(☎57-7516)まで

それぞれ開催の1週間前までにお申し込みください
医療機関受診中の方は必ず主治医の了解を得てください

児童扶養手当



支給対象者

手当は、次のいずれかに該当する児童（18歳に達する日以後の最初の3月31日まで。中度以上の障害のある児童については20歳未満）を監護し、かつ生計を同じくしている場合に支給されます。

- 父母が離婚をした児童
- 父または母が死亡した児童
- 父または母が施行令に定める程度の障害状態（障害等級1級程度）にある児童で公的年金の加算対象となっていない児童
- 父または母の生死が明らかでない児童
- 父または母から1年以上遺棄されている児童
- 父または母が法令により引き続き1年以上拘禁されている児童
- 母が婚姻によらないで生まれた児童
- 父または母が裁判所からのDV保護命令を受けた児童

手当を受けることができない場合

支給対象に該当していても次のいずれかに該当する場合は、手当を受けることができません。

- 上記要件の発生が平成10年3月31日以前の場合（申請者が児童の父の場合を除く。）
- 父または母が婚姻していなくても事実上の婚姻関係（内縁関係など）があるとき
- 手当を受けようとする父または母、または養育者が、日本国内に住所を有しないとき
- 対象児童が日本国内に住所が無いとき
- 対象児童が里親に委託されたり、児童福祉施設（母子生活支援施設・保育所・通園施設を除く）や少年院等に入所しているとき
- 申請者もしくは対象児童が国民年金（老齢福祉年金を除く）厚生年金、恩給などの公的年金給付を受けることができるとき

手当の月額

- 児童1人のとき
 - 全部支給…41,430円
 - 一部支給…41,420円～9,780円

- 児童2人以上の加算額
 - 2人目…5,000円
 - 3人目以降…1人につき3,000円

※所得制限により支給額が0円になる場合があります



児童扶養手当現況届の提出が必要です

児童扶養手当の認定を受けている人は、毎年現況届の提出が必要です。

現況届により、8月1日現在の世帯の状況や前年分の所得等を確認し、8月分から翌年7月分までの手当額を決定します。

現況届の提出が2年間ない場合は、受給権を失うことになります。

また、手当の受給から5年を経過する等の要件に該当している方には、「一部支給停止適用除外事由届出書」（緑の用紙）を6月末にお送りしますので、添付書類をつけて、現況届と一緒に提出してください。

- 現況届の提出期限
8月30日（金）
- 提出先
福祉事務所

児童福祉

ひとりでお子さんを育てている
お父さんお母さんを応援します。

就職移動相談

母子家庭のお母さんおよび父子家庭のお父さんを対象に、就労相談、資格や技能を習得する制度についての情報提供を行います。事前申し込みは不要です。

日時 9/6（金）13:00～16:00

場所 のいちふれあいセンター 1階 相談室2

▼問い合わせ

母子家庭等就業・自立支援センター
☎088-875-2500

お気軽に
お越しください！



共に生き
共に支え合う
まちづくりを
目指して

母子寡婦福祉資金貸付金

母子家庭や寡婦のみなさんの生活の安定を図るため、無利子または低利子で各種資金の貸付を行っています。貸付限度額や償還計画など詳しいことについては、下記までお問い合わせください。

事業開始資金	事業を開始するために必要な資金
事業継続資金	現在継続中の事業に必要な資金
技能習得資金	事業を開始または就職するために必要な知識・技術などを習得するために必要な資金
就職支度資金	就職に直接必要な洋服、履物などを購入するための資金
修学資金	お子さんの修学に必要な資金
就学支度資金	お子さんの入学に必要な資金
修業資金	お子さんが事業の開始または就職するために必要な知識・技術を習得するための資金
生活資金	技能習得期間中や母子家庭となって7年未満の家庭などの生活に必要な資金
住宅資金	住宅の建設、増築、改築、購入、補修などをするために必要な資金
転宅資金	住居の移転に際し、必要な資金（敷金・前家賃など）
結婚資金	お子さんが結婚するために必要な資金
医療介護資金	医療保険や介護サービスの自己負担分に必要な資金

▼問い合わせ

高知県地域福祉部児童家庭課
☎088-823-9654
香南市福祉事務所 社会福祉係
☎57-8509





外に遊びに行くときは、ぼうしをかぶったり、飲み物を持って行ってね♪
暑い中、無茶をしないように、楽しい夏休みを♪(*^▽^*)

市のうごき

(H25.6.30現在)〔〕は昨年同月対比

■人口/34,369人	6月の火災・救急出動件数
■世帯/14,555戸	■火災 0件(増減0)
(男/16,573人 女/17,796人)	■救急 118件(13件減)
■出生/10人 ■死亡/28人	6月の交通事故
■転入/56人 ■転出/77人	■事故件数 12件(7件増)
■対前月人口比/39人減	死者 0人(増減0)
	傷者 15人(10人増)

文芸

香我美町のぞみ会

暑に怯み本読む窓に子の培ふグリーンカーテン風にそよげり
土佐紅の芋堀りかざす笑顔ありよさこいの夏はもうすぐそこに
ひとり居の無明の部屋にこもり居て人は来ぬかと足音を待つ
畑穫れの茄子焼き皮をむく手順茄子紺と言ふ色滲み出づ
徳之島沖に水漬き還らぬ義兄の遺骨海の翡翠に染まりておらむ
八十歳ボケない小唄をうたいつお掃除してますボケてません
底紅の宗旦むくげ梅雨の中白き花びらさわやかに見ゆ
過ぎゆきの破片水面に散りばめて城府の堰に水あふれおり
近森 邦子 近森 まさ子 池田 とも子 島田 清子 河野 とみえ 山本 房子 松尾 澄 せいぢ やす

やす短歌にしたりしむ会

水揚ぐる発動機の音響さくる谷を覆いし卵の花の下
訪いくるは古紙回収者と布教の人老いの留守居の梅雨の晴れ間に
あじさいの祭りで求めし月見饅頭の包みに囲うホタル一匹
今日もまた仰ぐ飛行機定期便息子の住む街へながく雲曳く
ボツネンとひとりの部屋に座しおれば耳朶にのこりし孫の呼ぶ声
今年また道の辺照らすじゃの目草六月の雨に群をなし咲く
そのむかし母と丸めし嫁入りの布団なつかし虫干しの日は
側溝の水面覆いて落ちし花目交過ぎゆく流れのままに
かすかにも夜の静寂にコトコトと小石うごかす金魚のいとなみ
吉田 美和子 浜田 勝久 内田 道子 野島 綾子 山口 紀美子 村井 聡子 竹下 敬子 久保 君子 嶋崎 和子

※7月号に掲載した味重さんの俳句に間違いがありました。正しい内容を掲載します
早朝の一斉清掃梅雨晴間

みんなの広場

夜須中央公民館落成30周年記念 NHK「ふるさと自慢うた自慢」公開録音

夜須中央公民館の落成30周年を記念して、ラジオ第1「ふるさと自慢うた自慢」の公開録音を行います。観覧を希望する場合はお問い合わせください。

日 時:10月4日(金) 17:40~20:00
司 会:吉田浩アナウンサー
出演者:大川栄策、秋元順子
問い合わせ 夜須中央公民館 ☎54-2121



8月おはなし会



参加者募集!!

「本をあいだに、おはなしを楽しむ」

読書ボランティア養成講座

読書ボランティアをしている人や、本を家庭での育児・教育に生かしたい人、ぜひご参加ください。楽しく読み聞かせを学びましょう。講座内容など、詳細はお問い合わせください。

月 日	内 容
9/12(木)	『目的論 ~なぜ?どのように~』 なぜ本なのか? 本を通じて伝えたいことは?
10/10(木)	『対象論 ~いつ?どこで?誰に?~』 「おはなし」の場を具体的にイメージしよう。
11/14(木)	『具体論 ~おはなし会プログラム作り~』 おはなし会を開くために必要なことは?
12/12(木)	『実践! 公開おはなし会』 お客様をお迎えしておはなし会をしましょう。
H26 1/16(木)	『展望論 ~今日もよかったねえ~』 明日につなげる力

★講 師:高知市子ども劇場 おはなしお届け隊 武市 真寿美・中村 恵子

★時 間:13時30分~16時00分

★場 所:野市図書館2階 会議室

★募集人員:30人

★受講料:無料

★申込書配布場所:野市図書館ほか

★申込み締切り:9月7日(土)

★問い合わせ:野市図書館 ☎56-3434

●休館(室)日 香我美・野市…毎週月曜日・第2木曜日・祝日
夜須…毎週月曜日・祝日 吉川…毎週日・祝日

新着案内 野市図書館より ☎56-3434

大人向け

- 🐱 図書室のキリギリス 竹内 真/著
- 🐱 バスを待って 石田 千/著
- 🐱 月下上海 山口恵以子/著
- 🐱 僕の父は母を殺した 大山寛人/著
- 🐱 女性ホルモンで、ふわっと香る美人になる 松村圭子/著

子ども向け

- 🐱 恐竜 ポプラディア大図鑑WANDA・7 真鍋真/監修
- 🐱 としょかんねずみ・3 サムとサラのせかいたんけん ダニエル・カーク/作
- 🐱 地球の動物を守れ メアリー・ポープ・オズボーン/著

「趣味部屋の作り方」

ドゥーパ!編集部/編



気の合う仲間と過ごす、ものの作りに熱中する、好きなものに囲まれる…自分のための時間を気分よく過ごせる場所がほしいと思ったことはありませんか?男の趣味部屋、やろうと思えばここまでできる!そんな実例と、リフォームテクニックがぎゅっと詰まった1冊です。難しいかも…と躊躇してしまいそうな壁塗りや床・天井のリフォームの仕方も写真や絵で丁寧に解説しています。手作りだからこそ実現するわがままスペース、憧れの趣味部屋を手に入れてみませんか?

『家族写真』

荻原 浩/著



毎のショートケーキから唐突に始まる娘の結婚話、前髪の後退に伴う加齢、日に日に更新されるウエストサイズ、マイホーム購入のために訪れた住宅見学会から広がる夢…。

家族に訪れる悲喜こもごもは、ささやかだけど大事件!この本には、そんな悩みや事件に奮闘する家庭が幾つかピックアップされています。

登場する家族に共感が持てる方は、きっと沢山いるのでは…?ひとしきり笑った後に、心にじんわり沁みしてくる、そんな家族小説です!

大人向け

- 🐱 サンプンノイチ 木下半太/著
- 🐱 大事なことほど小声でささやく 森沢明夫/著
- 🐱 愛に乱暴 吉田修一/著
- 🐱 陽炎の門 葉室 麟/著
- 🐱 93番目のキミ 山田悠介/著

子ども向け

- 🐱 なんていいんだ ほくのせかい 荒井良二/作・絵
- 🐱 おまじないは魔法の香水 あんびるやすこ/作・絵
- 🐱 クロコダイルとイルカ ドリアン助川/作 あべ弘士/絵
- 🐱 なぞなぞふしぎのくに 深見春夫/作・絵

図書案内 夜須図書館より ☎54-2121

ちょっと待って！それ洗った？

リサイクルを適切に進めるためには、分別の方法や洗浄など、ルールを守って回収に出すことが大切です。排出者一人ひとりが気をつけて、適切な分別をお願いします。



ご注意!
これは出せません!
絶対に混ぜないでください!

硬質プラスチックでできているおもちゃ、洗面器、ポリバケツ、三角コーナー、風呂のふた、コップ、ビデオテープ、ハンガー、洗濯ばさみ、ライターなど →粗大ごみへ

塩化ビニールでできているなみ板、パイプ など →処理業者へ

クリーニング袋や汚れのひどいもの →燃えるごみへ

平成20年4月1日から指定ペットボトルに追加された5品目で♻のマークがあるボトル

【追加5品目】しょうゆ加工品(めんつゆなど)、みりん風調味料、食酢、調味酢、ドレッシングタイプ調味料(ノンオイル) →ペットボトルへ



▲道徳の授業では、学習の流れを振り返ることができるように黒板への書き方が工夫されています。吹き出しに使う色に意味付けをし、視覚的に分かりやすく工夫をしています。

香南市の道徳教育

0歳から15歳まで通して行う教育

香南市では、保育所・幼稚園・小中学校までの15年間を通して、子どもの発達段階に応じた、友だちや周りの人と関わっていくコミュニケーション能力、集団や社会生活を送るうえで必要な規範意識、自分のことが好き、自分や周りの人を大切に思う心などの自尊感情を育む教育をすすめています。

道徳教育のねらい

道徳教育は、子どもたち一人一人が自尊感情を育み、これからの人生をよりよく生きていくために人として必要不可欠な、善悪などの道徳性を身につけることをねらいとしています。

道徳教育指定事業を受けての取り組み

今年から3年間、高知県教育委員会の「道徳教育地域連携事業」を受けることになりました。この事業は、学校だけでなく、家庭や地域の方の協力を得て、

子どもたちの道徳性を育てることが大きな目的です。

●事業の拠点校

香南市では、香我美中学校、香我美小学校、岸本小学校の3校を事業研究の拠点校と位置づけ、今後は、取り組みを市全体へ広めていく予定です。

●主な取り組み

年間を通して、道徳参観日や公開授業研究、研究協議などを各学校で実施しています。参観日には、各学級での授業参観やPTA主催の講演会など、学校の特色を活かした取り組みを行っています。



▲道徳参観日にPTA主催で行われた高知大学教育学部、田辺重任准教授による講演会の様子。(香我美小学校)

「生きる力」の基礎となる道徳性を育むために、皆さまのご協力をお願いします。



▲心情カードを使った授業。



▶振り返りの時間は、自分自身と向き合う大切な時間です。



バレーボール
 【第33回高知県小学生バレーボール全国大会予選大会】
 ■6月15日(土)・16日(日)
 ■春野総合運動公園体育館
 ■男子の部
 3位 野市ジュニアバレーボールクラブ
 ■女子の部
 3位 野市ジュニアバレーボールクラブ



柔道
 【第53回高知県武道室戸大会】
 ■6月16日(日)
 ■国立室戸青少年自然の家
 ■団体の部
 優秀賞 高橋大輝(夜小5)
 優秀賞 中島翔海
 3位 手結道場(高橋裕大夜小)・中島翔海(夜小)・廣田仁(夜小)・新原駿香(夜小)
 ■小学校4年女子の部
 3位 野島小晴(夜須小)



野球
 【2013県民スポーツフェスティバル軟式野球 香美・香南地区予選】
 ■7月14日(日)
 ■土佐山田スタジアム
 優勝 夜須マリンス



県民スポーツフェスティバル 2013 出場者募集

高知県民が集うスポーツの祭典が開催されます。日ごろから競技に取り組まれている成果を、大会に参加して発揮しましょう。

競技名	開催日	会場	申込〆
陸上競技	9/23日	春野総合運動公園	8/13日
ボウリング	9/23日	ボウルかつらしま	8/13日
武術太極拳	9/29日	須崎市スポーツセンター	8/16日
バレーボール	10/6日	春野総合運動公園 県立青少年センター	8/16日
弓道	10/6日	県立弓道場	8/16日
ラグビーフットボール	10/6日	県立青少年センター	8/16日
ペタンク	10/6日	香美市香北グラウンド	8/16日
バドミントン	10/6日	県民体育館	8/16日
パウンドテニス	10/6日	高知市総合運動場	8/16日
テニス	10/6日	春野総合運動公園	8/16日
ターゲット・バードゴルフ	10/6日	高知市東部総合運動場	8/16日

競技名	開催日	会場	申込〆
ソフトテニス	10/6日	高知市東部総合運動場	8/16日
スポーツチャンバラ	10/6日	高知市総合運動場	8/16日
グラウンドゴルフ	10/6日	春野総合運動公園	8/16日
剣道	10/6日	県立青少年センター	8/16日
水泳	10/6日	くろしおアリーナ	8/16日
サイクリング	10/6日	いの町 吾北周辺	9/27日
クレー射撃	10/20日	ミロク高知射撃場	9/13日
パワーリフティング	11/3日	高知市総合運動場	10/27日
ラージボール卓球	11/18日	県民体育館	12/6日
スキー・スノーボード	2/2日	愛媛県久万スキーランド	1/6日

申し込み方法は各競技によって違いますので、まずはお問い合わせください。
 お問い合わせ 生涯学習課スポーツ振興係 ☎57-7523 ✉sports@city.kochi-konan.lg.jp

スポーツの結果は、教育委員会スポーツ振興係まで！
 ☎57-7523 ✉sports@city.kochi-konan.lg.jp



陸上
 【第22回高知県スポーツ少年団総合交流大会】
 ■4月29日(月)
 ■春野総合運動公園
 総合優勝 野市JAC
 ■小学2年男子(50m)
 優勝 原田琴也野小 8秒93
 ■小学5年男子(100m)
 優勝 岩元友希(佐小6) 3分13秒20
 ■小学5年男子(80mハードル)
 優勝 江村一輝野小6 14秒32
 3位 杉本輝太朗野小6 15秒70
 ■小学5年男子(走高跳)
 2位 原和史野小6 1m15
 3位 小松泰己東小5 1m15
 ■小学5年男子(走幅跳)
 優勝 江村一輝 4m32
 ■小学2年女子(50m)
 2位 恒石望乃野小 8秒45

■小学3年女子(走幅跳)
 3位 谷青夏野小3 3m12
 ■小学5年女子(80mハードル)
 優勝 島内結希野小6 13秒81
 ■小学5年女子(400m)
 3位 野市JAC・A 60秒32
 (野本るり野小6・島内結希・島内緒野小6・古味優花野小5)
 ■小学5年女子(走高跳)
 優勝 島内結希 1m25
 優秀競技者賞 島内結希
 【第43回高知市スポーツ少年団春季交歓大会】
 ■5月12日(日)
 ■りよつまスタジアム
 ■小学12年の部(50m)
 優勝 恒石望乃 8秒79
 3位 原田琴也 8秒93
 ■小学12年の部(走幅跳)
 優勝 恒石望乃 3m08
 ■小学5年男子(100m)
 2位 江村一輝 14秒09
 ■小学5年男子(400m)
 2位 野市JAC・A 58秒45
 (江村一輝・原和史・寺村慧野小6・小松泰己)
 ■小学5年男子(走幅跳)
 2位 江村一輝 4m37
 ■小学5年女子(100m)
 優勝 島内結希 14秒43
 ■小学5年女子(100m)
 2位 島内結希 3分40秒58
 ■小学5年女子(400m)
 2位 野市JAC・C 61秒09

(谷 杏音(野小5)・島内結希・小松歩夢(佐小6)・島内里緒)
 【日清食品カップ第29回全国小学生陸上競技交流大会高知県選考会】
 ■7月15日(月)
 ■春野総合運動公園
 ■小学5年男子(80m障害)
 優勝 江村一輝 14秒18
 ■小学5年男子(走高跳)
 3位 岩元友希 1m25
 ■小学12年の部(50m)
 優勝 恒石望乃 8秒91
 ■小学5年女子(100m)
 優勝 横田麗羅(佐小5) 14秒51
 ■小学5年女子(80m障害)
 2位 島内結希 13秒41
 ■小学5年女子(走高跳)
 優勝 島内結希 1m25
 ■小学5年女子(ソフトボール投)
 優勝 横田麗羅 45m26
 優勝者は8月23日(金)24日(土)に行われる全国大会に、高知県代表として出場します。
剣道
 【第35回高知県道場少年剣道大会】
 ■5月19日(日)
 ■県立青少年センター
 ■小学校高学年団体の部
 2位 野市町スポーツ少年団 剣道部(中原菜月(香小5)・木下咲帆・市原滉太郎(香小6)・山崎



莉帆東小6・小松弘昌(東小6)
 ■小学校女子個人の部
 優勝 中原菜月
 ■小学校男子個人の部
 2位 小松弘昌
 ■小学校低学年団体の部
 3位 野市町入スポーツ少年団 剣道部(齊藤政宗香小4・大石花園野小3・山崎智太東小4・中原瑠美香小3・松本大和)
 ■中学校女子個人の部
 優勝 島崎唯衣(高知中3)



サッカー
 【第35回さわやか杯少年サッカー大会】
 ■6月16日(日)
 ■宿毛市総合運動公園
 3位 野市サッカー少年団

グラウンドゴルフ
 【第22回香美市グラウンドゴルフ交歓大会】
 ■5月30日(木)
 ■土佐山田スタジアム
 ■団体の部
 優勝 夜須町大峰 207打
 ■個人の部
 優勝 松田純 62打
 3位 松村敏 65打

このまちで...



高校・大学と声楽を専攻し、小学校の講師をしながら年数回はステージに立っていた保木さん。「今振り返ると、学生時代から自分の中に何だか分からない基準みたいなものがあって、皆さんに歌を聴いていただくというより、自分が納得できる状態まで練習できていないと舞台には立たない!ぐうらの勢いでした。こんな私が結婚して、歌うこと・家庭・仕事の両立なんてできるわけありません(笑)。だから出産を機に、歌うことをお休みしました。声楽家としての30代・40代は脂の乗り切る時期。でも、後悔しない自信がありました。私にとって小さい命は、それほど魅力的だったんです」

それから10年。再び声楽家として活動しようと思ったのが、東日本大震災。津波被害で突如家族を失ってしまった被災地の方々の様子を見聞きするうち、自分にできる

声楽家として再出発

保木 ふみさん(42歳・香我美町)



※次回は、保木さんの同級生で千屋和仁さん(野市町)です

今回は、相原秀夫さん(香我美町)から紹介の保木ふみさん。相原さんいわく、「1km先からでも歌声が聞こえてくるような人」だそうです。

おおきくなあれ

わがやの王子さま



にしおか 西岡 想真 くん

★平成24年8月7日生まれ

★次男 ★野市町

★パパ 和則さん
★ママ 麻美さん

★ご両親から...
みんなに かわいがってもらえて、うれしいね!

おおきくなあれでは、3歳の誕生日までのお子さんの応募をお待ちしています。ご希望の方は、お子さんのお名前・生年月日・ご両親のお名前・住所・続柄・メッセージ・写真(データ可)を秘書広報係までお送りください。応募は、持参・郵送・メールで受け付けています。

■総務課秘書広報係 ☎ 57-8500

クイズに答えてプレゼントをゲットしよう!

◆クイズ◆
今年の総合防災訓練は、○月○日の○時からでしょうか。

プレゼント

500円分の商品券...5名さま

※当選の方に引き換え券をお送りいたしますので、直接お店で商品と交換してください

応募方法

①答え ②住所 ③氏名 ④年齢(例:30歳代) ⑤電話番号 ⑥広報誌への意見・感想を明記の上、ハガキまたはメールでご応募ください。

◆あて先 〒781-5292野市町西野2706

香南市役所総務課秘書広報係 まで

☐ kouhou@city.kochi-konan.lg.jp

締め切り 8.19(月)当日消印有効

※当選者は「こうなんNOW 9月号」で発表します

◆7月号当選者◆

赤岡町/中川弘枝さん 香我美町/平野彰治さん

野市町/岡辺裕子さん 夜須町/田中富美栄さん・福井仁美さん

おめでとうございます。

◆7月号答え/64種類

おめでとうございます。

おめでとうございます。

おめでとうございます。

おめでとうございます。

おめでとうございます。

おめでとうございます。

おめでとうございます。

おめでとうございます。

おめでとうございます。

おめでとうございます。

おめでとうございます。

おめでとうございます。

おめでとうございます。

おめでとうございます。

今月のプレゼント

◆提供/みかんの丘



携帯の方はバーコードから応募できます

※バーコードリーダーはメーカーや機種により表示できない場合があります



みかんの丘

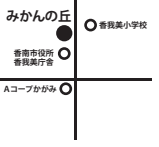
6月24日にオープンしたばかりの菓子工房。「野菜のおやつ」をコンセプトに、地元で取れた野菜を使ったプリンやレアチーズケーキ、シフォンケーキ、ロールケーキなど17種類を販売。野菜のほのかな甘みと香りなどの特徴を残しつつ、くせのない味が楽しめます。秋には新作も登場する予定です。

■住所 香南市香我美町下分684-1

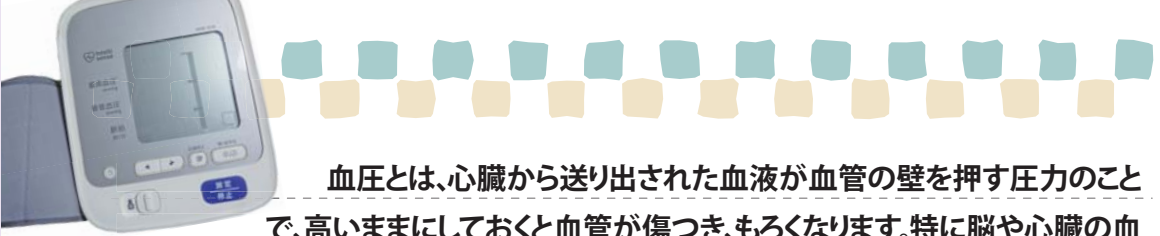
■TEL 0887-50-6566

■定休日 土・日曜日、祝日

■営業時間 11:00~17:00



プレゼントコーナーへ提供くださるお店を募集しています。



血圧とは、心臓から送り出された血液が血管の壁を押す圧力のこと
で、高いままにしておくと血管が傷つき、もろくなります。特に脳や心臓の血管が傷むと、脳卒中や心筋梗塞など、命に関わる病気にかかりやすくなります。

血圧は、活動しているときやストレスなどによっても絶えず変わるため、病院などの診察室で測った血圧だけでなく、家にいるときの普段の血圧を知っておくことが大切です。

心臓 血圧が高いと危険です

血圧が高くなるにつれて、脳卒中などを起こす危険性も高くなります。血圧を日常測る習慣をつけ日々の変化に気づくことが発症予防に役立ちます。

心臓 家庭血圧を測る利点

■運動・睡眠・ストレス等、生活リズムに応じての血圧の変化がわかります。

■医療機関を受診したときだけでなく、日常の細かなデータが得られ、高血圧治療に役立ちます。

■白衣高血圧や仮面高血圧を見つけることができます。

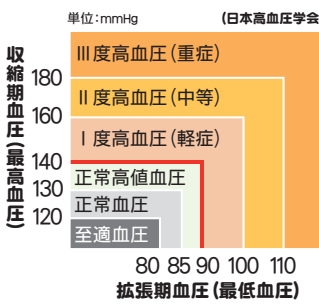
★白衣高血圧...家庭血圧は正常なのに、診察や健診時に血圧を測ると高い場合

★仮面高血圧...診察や健診時には正常なのに、家庭で測る血圧は高い場合

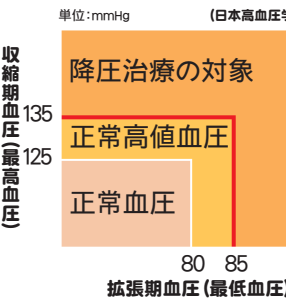
血圧の基準値は家庭と病院では異なります

家庭では 135/85 mmHg以上が高血圧

■診察室血圧に基づく血圧の分類



■家庭血圧に基づく血圧の分類



〈1人分の栄養価〉エネルギー 112kcal
たんぱく質 3.7g 脂質 7.6g
カルシウム 145mg 塩分 0.8g

材料 (4人分)

おくら100g
水菜100g
きゅうり1本
コーン60g

★ すりごま大さじ4
マヨネーズ大さじ1
しょうゆ大さじ1
酢大さじ1

※しゃぶしゃぶ用の豚肉とあわせても
おいしいです

作り方

- ①◆おくらはさつとゆで、斜め半分に切る。
◆水菜は4cm長さに切る。
◆きゅうりは縦半分に切り、厚めの斜め切りにする。
◆コーンは汁をきっておく。
- ②★を混ぜ合わせ、①の野菜とよく和える。

“オクラひめ”のワンポイント

おくらのネバネバ成分「ペクチン」には、血糖値の急上昇を抑えたり整腸作用があり、「ムチン」には、たんぱく質の吸収を助け、コレステロールの吸収を抑える作用があります。さらに胃壁を守るなど、おくらには夏バテ防止の強い味方です!

家で血圧を測いましょう



測定のタイミング

朝	夜
●起床後1時間以内 ●トイレに行った後 ●朝食後、服薬前	●寝る直前 ●入浴や飲酒の直後は避ける方がよい



測定するときのポイント

●椅子に座って1~2分経ってから測定



●腕帯(カフ)はひじの少し上で、心臓と同じ高さに、指が1本入るくらいに巻く

●薄手のシャツなら着たままでも大丈夫

※血圧と脈を測定したらノートに記録しておきましょう
※血圧計は、上腕タイプがより正確とされています



地産地消レシピ... おくらのサラダ



市長談話室

10

事前復興の観点から
防災を考える (7)



清藤真司

連日うだるような暑さが続きますが、皆さんいかがお過ごしでしょうか。

さあ、夏本番！夏祭りの季節。

7月14日の佐古祭りー開始間際5分間の豪雨。涼しくなったのもつかの間、すぐもとの猛暑に。そんな中、気付いたのは、子どもの数がすごく多いということ。なんとも、うらやましい驚きでした。

野市中の吹奏楽部の演奏や二ろ飛ばし大会などメニューも盛りだくさん。来年は、熱気あふれる佐古祭りへ、皆さんも是非行かれてみて下さい。

「事前復興の観点から防災を考える」の7回目。災害の発生が予想されるとき、あるいは発生したときなど、正しい情報を的確に把握し、伝えることは大変重要なことです。そこで今回は、香南市における緊急情報配信についてです。

緊急情報配信

◆香南市メール配信サービス

消防庁が発信する防災緊急情報（地震情報、津波情報、大雨・洪水・暴風などの警報、土砂災害警報、武力やテロ攻撃に関する情報）、香南市内の防災情報（避難勧告や避難指示、避難所開設状況、被害状況など）、市内の不審者情報などを携帯電話やパソコンにメール配信するサービスです。
登録されていない方は、是非登録をお願いします。
●登録方法
①携帯電話やパソコンから配信申し込みサイトにアクセスする携帯電

◆緊急速報メールとエリアメール

気象庁の発表する緊急地震速報、津波警報、災害・避難情報を携帯電話に一斉配信する携帯電話会社のサービスです。通学・通勤、観光等で一時的に香南市内にいる人にも情報が届くようになっています。

◆防災行政無線の整備

行政防災無線は、火災や自然災害などの情報を市内全域に放送する屋

●配信申し込みサイトURL
<https://kochi-konan.mail-dpt.jp>

QRコード



外の放送施設で、被害を未然に防ぐ効果が期待されている設備です。
青森県八戸市では、東日本大震災の被害総額が1,200億円以上と言われるほどの被害を受けています。一方、人的被害は避難後に海岸にもどつて津波に巻き込まれた2人死者1人、行方不明者1人だけでした。それは行政防災無線で高台への避難放送を繰り返し行った結果が大きいと言われています。

八戸市のことも分かるように、情報発信は大変重要なことです。現在、香南市の防災情報伝達は、香我美町と夜須町、吉川町が無線、赤岡町が有線、野市町は未整備の状態です。そこで、香南市では、本年2月に発足した香南市同報系防災行政無線整備検討委員会を中心に、新デジタル防災行政無線の整備に向けて検討を行っており、平成27年度供用開始を目指しています。

おすすめの1冊

本日は憲法より大切な
日米地域協定入門



まえとまり ひろもり
前泊 博盛/著

書店で何気なく見つけた一冊。今まで自分もあまり知らなかった日米地位協定。

エ！ウソ！本当？の連続。免状特権、治外法権など米軍優位の権利関係が本当によくわかる本です。

あなたのチカラ、マチの明日。

採用7年目
高齢者介護課 東 信孝

地域に根ざしたやりがいのある仕事だと実感する毎日です。これからの香南市を一緒に支えていきましょう！

採用4年目
市民保険課 山本 ちえ

課が違っても業務も全く異なりますが、いつも明るい笑顔で住民の皆さんと接することが大切だと思っています。

採用4年目
市民保険課 山本 美世

私たちの仕事は、地域のより良い生活のために行われ、また私たち自身も地域の皆さんに支えられているのだと実感しています。



先輩が感じる「マチの仕事」とは？

平成26年度採用 香南市職員募集



第一次試験

試験日／10月20日(日)

場所／ポリテクカレッジ高知ほか

申込書配布場所

香南市役所総務課(本庁)・各支所
※香南市ホームページからもダウンロード可

受付期間

8月19日(月)～9月6日(金)

※郵送の場合は9月6日(金)までの消印があるものに限り受け付けます

《申込み・問い合わせ》

香南市役所総務課 職員係
☎0887-57-8500

試験区分・採用人数・資格

- 初級事務Ⅰ…14人
・昭和58年4月2日～平成8年4月1日生まれの人
- 初級事務Ⅱ(身体障害者枠)…1人
・昭和53年4月2日～平成8年4月1日生まれの人
・障害の程度が1級から6級までの身体障害者手帳の交付を受けている人
・自力による通勤が可能で、介護人なしで通常事務の遂行が可能な人
- 初級土木…3人
・昭和58年4月2日～平成8年4月1日生まれの人
・高等学校の土木科もしくはこれに相当する課程を卒業した人、または平成26年3月31日までに卒業見込みの人
- 保育士・幼稚園教諭…2人
・昭和58年4月2日以降に生まれた人
・両免許を有する人、または平成26年3月31日までに取得見込みの人
- 保健師…1人
・昭和58年4月2日以降に生まれた人
・保健師免許を有する人、または平成26年3月31日までに取得見込みの人
- 技能職員(調理員)…1人
・昭和58年4月2日～平成8年4月1日生まれの人

城山高校

自ら考え、動く部活 「ふくしデザイン部」

城山高校に「ふくしデザイン部」という名前の部活があります。福祉をどのようにデザインしているのでしょうか。訪ねてみました。

担当／広報編集委員 島崎則彦

駅前びかびかに

朝7時40分、ごめん・なはり線あかお駅前に13人の生徒が集まりました。準備した道具で早速駅前広場を清掃。全員で半時間ほど、隅から隅まで掃き集めると、吸い殻や紙くずなどが小袋一つに。「きれいになって気持ちいい」「やりがいがある」。すでに強い日差しが照り付ける中で、元気な答えが返ってきます。

月に一度、駅から学校までの通学路の清掃活動。「皆がこまでやるとは思わなかった」と、近所の人も感心しているほどです。

今では部員15人

ふくしデザイン部は、一昨年同好会として活動が始まりました。去年、正式な部に昇格し、自分たちのまちを磨き上げています。

地域で開かれる海岸や河川清掃などにも参加しますが、それだけじゃない。月一回の定期清掃も、自分たちで決めた計画。さらに学校の行き帰りに見つけた「あそこは清掃しなくちゃ」という場所があると、部内で計画が立て



られて、随時「部活」が行われています。

スポーツでもない、レクリエーションの要素も少ない地味な活動ですが、部員は少しずつ増えています。最近2人が参加し、現在15人。「兄に勧められた」「友達に誘われた」ときっかけはさまざまです。「卒業するまで、この部で」と力強く話す1年生もいました。

デザインの意味

部の名前は「一人ひとりが幸せな生活を送るために何をしなければならぬか、自分たちに何ができるかを総合的に判断し、活動をデザインしていくことを目指す」意味で付けられました。清掃だけでなく、福祉施設などを訪問し生徒たちの発想で活動の場を広げていく展望があるそうです。

「やらされるのではなく、自ら考え、行動する」。部活の中で生徒たちは、生きていくために一番大切な力を学んでいます。それが「心をデザインする、形づくっていく」という意味でもあるのでしょう。



編集後記

今年度、広報の編集委員をしていただく皆さんです。市内各地に取材に伺いますので、よろしく願います。



▼ボイ捨てされずに、また取り出して見られる広報づくりを。
(島崎則彦 中央)

▼香南市の『今』をお伝えします！今年度は楽しいスポットが増える予定！
(田中たい子 左上)

▼「広報に載つちうたね！」こんな会話と笑顔が市内のあちこちで広がるよう、みなさんの「今」をキャッチしに出かけます！
(久保きみ 右上)

▼世代を超えたつておきの話題を見つけたい伝えたい。
(島村立法 右下)

▼香南市の宝探しをしています。おもしろい宝を見つけたらお知らせします。お楽しみに。
(相原秀夫 左下)

《広報へのメール》
kouhou@city.kochi-konan.lg.jp
《香南市のホームページ》
http://www.city.kochi-konan.lg.jp